



Gesunder Start ins Leben

Neu: **AOK-Webinare für Schwangere und Eltern mit Babys**

Einladung

Liebe Leserinnen und Leser,

in unseren Webinaren für junge Familien erhalten Sie alle wichtigen Infos zum Essen und Trinken in Schwangerschaft und Stillzeit sowie zur Babykost. Darüber hinaus beantworten wir im Chat Ihre persönlichen Fragen. Melden Sie sich gleich heute an, wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Die Teilnahme ist kostenfrei und steht allen werdenden und jungen Eltern offen.
Anmeldung einfach über www.webinare.aok-kurse.de

Neu

Webinar 18.5.2020, 10.00 Uhr: Gesund und lecker – Babykost

Wir informieren Sie über den besten Umstellungszeitpunkt und darüber was Ihr Baby wann braucht sowie Pro und Kontra von Gläschenkost.

Neu

Webinar 28.5.2020, 20.00 Uhr: Schmecken soll's – Übergang zum Familientisch

Der Übergang von Beikost auf feste Lebensmittel kann bis ins zweite Lebensjahr hinein dauern. Wie gelingt das Essen mit wenigen Zähnen? Was genau braucht mein Kind? Wir geben Ihnen Anregungen und praktische Tipps, wie das gemeinsame Essen gut gelingt.

Neu

Webinar 3.6.2020, 20 Uhr: Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit

Sie erfahren, wie Ihre Ernährung in den verschiedenen Phasen der Schwangerschaft und in der Stillzeit aussehen soll. Wissenswertes, Tipps und Ratschläge rund um das Stillen runden das Webinar ab.

Hotline 0800 2221616: Infos zu den Webinaren/Cyberkursen und telefonischen Gesprächsterminen mit AOK-Ernährungsfachkräften.

Bleiben Sie gesund!

Ihr AOK-Gesundheitsteam
AOK Rheinland-Pfalz/Saarland

